20.027 20.027 Ovocná nesladená zmes s višňovou omáčkou.doc
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
mandarínky	2,50	1,75	3,50	2,45	3,50	2,45	4,00	2,80
jablká	5,00	3,50	6,00	4,20	6,00	4,20	7,50	5,25
banány	1,00	0,60	1,00	0,60	1,00	0,60	1,25	0,75
pomaranče	2,00	1,40	2,50	1,75	2,50	1,75	3,50	2,45
kiwi	1,00	0,70	1,50	1,05	1,50	1,05	2,00	1,40
hrozno	1,75	1,40	2,50	2,00	2,50	2,00	3,50	2,80
citróny	1,00	0,40	1,25	0,50	1,25	0,50	1,50	0,60
višňová omáčka								
odkôstkované višne	1,50	1,20	2,00	1,60	2,00	1,60	2,50	2,00
cukor kryštálový	0,50	0,50	0,60	0,60	0,60	0,60	0,70	0,70
voda	0,75	0,75	0,90	0,90	0,90	0,90	1,50	1,50
škrob kukuričný	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
soľ	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
jogurt biely	0,50	0,50	0,75	0,75	0,75	0,75	1,00	1,00
hmotnosť porcie v g	125		160		160		210	

Receptúra

Výrobný postup

Ovocie umyjeme, očistíme, nakrájame na drobné kúsky a zalejeme citrónovou šťavou. Jemne premiešame. Odkôstkované višne pomaly varíme s cukrom, zalejeme kukuričným škrobom, rozmiešaným v studenej vode, pridáme soľ, uvaríme hustý krém, ktorý necháme vychladnúť. Do vychladnutého krému zašľaháme jogurt. Omáčkou polievame ovocie, každú porciu zvlášť.
Vekovej skupine A podávame na olovrant, skupine B,C,D ako doplnok za obedom.

Nutričné zloženie 1 porcie

	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	Mg	mg	mg
A	299	75	0,78	0,4	0,0	15,0	2,5	24,5	0,4	0,02	0,01	0,01	23,6	0,0
B	344	88	1,08	0,6	0,0	17,7	3,1	28,0	0,8	0,03	0,01	0,01	31,4	0,0
C	344	88	1,08	0,6	0,0	17,7	3,1	28,0	0,8	0,03	0,01	0,01	31,4	0,0
D	436	10	1,65	0,8	0,0	24,1	4,7	34,2	1,1	0,04	0,02	0,02	41,9	0,0

		9											